

HUBUNGAN ANTARA KOPING STRES DENGAN KEPUASAN KERJA PADA GURU SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI (SMPN) DI KOTA TANGERANG

Azna Hazlina¹, Dian Ratna Sawitri²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

E-mail: aznahazlina@gmail.com

Abstrak

Guru Sekolah Menengah Pertama (SMP) dinilai memiliki beban tersendiri karena dituntut untuk mendidik siswa remaja dengan berbagai karakteristik yang khas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang. Kepuasan kerja merupakan penilaian positif individu terhadap pekerjaannya yang ditentukan oleh evaluasi kognitif dan afektif terhadap karakteristik pekerjaannya tersebut. Koping stres merupakan kemampuan individu untuk menguasai dan menghadapi situasi yang mengancam, menakutkan, atau menantang yang berasal dari *external domain*, *student domain*, *school domain*, dan *personal domain* dengan sumber daya yang dimiliki dengan tujuan mencegah dampak negatif yang akan muncul. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 999 guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) dengan status Pegawai Negeri Sipil di Kota Tangerang dengan masa kerja minimal 2 tahun yang terdistribusi pada 24 Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kota Tangerang. Kepada sampel penelitian sebanyak 119 guru yang diperoleh melalui *cluster random sampling* diberikan Skala Kepuasan Kerja (34 aitem, $\alpha = .89$) dan Skala Koping Stres (28 aitem, $\alpha = .87$). Analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang ($r = .49$; $p < .001$). Semakin tinggi koping stres maka semakin tinggi kepuasan kerja. Koping stres memberikan sumbangan efektif sebesar 24% terhadap kepuasan kerja. Ketika guru ingin meningkatkan kepuasan kerja maka ia perlu meningkatkan kemampuannya dalam melakukan koping stres.

Kata kunci: kepuasan Kerja, koping stres, guru Sekolah Menengah Pertama Negeri.

Abstract

Teachers of junior high school are believed to have distinctive responsibility because they are obliged to educate teenager students who have various characteristic. This research aims to examine the relationship between coping stress and job satisfaction of teachers of junior high school at Tangerang City. Job satisfaction is an individual positive assessment on his job which is determined by cognitive and affective evaluation on job characteristic. Stress coping is individual ability to handle and face the intimidating, threatening, and challenging situations from external domain, student domain, school domain, and personal domain with a given resources which aims to prevent negative effect that would arise. The population of this research is 999 teachers of state junior high school. Those teachers population are public civil servant with minimum two years working experience which is distributed on 24 of state junior high school at Tangerang City. The teachers are chosen as the sample by cluster random sampling method. Working satisfactory scale (34 aitem, $\alpha = .89$) and coping stress scale (28 aitem, $\alpha = .87$) are given to the 119 teachers. Simple regression analysis shows significant positive relationship between stress coping and working satisfactory of the teachers of state junior high school at Tangerang City ($r = .49$; $p < .001$). Increasing coping stress causes increasing on working satisfactory. Stress coping contributes effectively on 24 percent of job satisfaction. Thus a teacher needs to increase his coping stress ability in order to increase job satisfaction.

Keywords: Work Satisfaction, Coping Stress, teachers.

PENDAHULUAN

Profesionalitas guru sebagai tenaga pendidik dituntut untuk lebih berkembang. Pada era globalisasi seperti sekarang ini, perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, serta seni dan budaya yang diterapkan dalam pendidikan di sekolah cenderung bergerak maju dan semakin pesat sehingga menuntut penguasaan seorang guru secara profesional. Guru yang profesional adalah guru yang berkualitas dan berkompeten, dimana seorang guru yang profesional memiliki tujuan untuk mendatangkan prestasi belajar serta mampu mempengaruhi proses belajar mengajar siswa agar dapat meningkatkan prestasinya. Guru yang profesional melaksanakan pekerjaan atau kegiatannya dengan disiplin dan bertanggung jawab, karena profesinya sebagai pendidik profesional akan berpengaruh terhadap mutu pendidikan di Indonesia (Surya, 2013).

Mutu pendidikan di Indonesia tergolong rendah, khususnya pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. Keadaan tersebut disebabkan oleh tidak terpenuhinya kualitas pendidikan minimal. Kelayakan mengajar berhubungan dengan tingkat pendidikan guru itu sendiri. Guru layak mengajar adalah guru yang berijazah Diploma III atau Sarjana Keguruan dan ijazah di atasnya. Menurut data Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Pendidikan Nasional (Balitbang Depdiknas) tahun 2009/2010, menunjukkan dari sekitar 1.2 juta guru SD/MI hanya 13.8% yang berpendidikan diploma D2-Kependidikan keatas. Sejumlah 680.000 guru SMP/MTs baru 38.8% yang berpendidikan diploma D3-Kependidikan keatas. Dari 337.503 guru SMA/MA, baru 57.8% yang memiliki pendidikan S1 keatas. Berdasarkan data di atas, guru di Indonesia dinilai masih memiliki mutu yang rendah karena tidak mencapai standar kualitas pendidikan minimal.

Mutu guru yang rendah ditandai dengan *performance* yang tidak profesional. Guru yang profesional adalah guru yang berkomitmen penuh atas tugas dan tanggung jawabnya serta memegang teguh prinsip-prinsip dari tugas guru sebagai profesi menurut Undang-undang yang berlaku. Guru yang berkomitmen dalam bekerja akan merasa puas terhadap pekerjaannya dan ditandai oleh keinginan kuat untuk tetap menjadi bagian dari organisasi, kesediaan bekerja demi mencapai tujuan organisasi, kepercayaan dan penerimaan yang kuat terhadap nilai-nilai, sikap, dan tujuan organisasi (Mukhyi, 2007).

Kepuasan kerja merupakan tingkat afeksi positif seorang pekerja terhadap pekerjaan dan situasi pekerjaan. Semakin tinggi penilaian seseorang terhadap suatu pekerjaan dirasakan sesuai dengan keinginan individu, maka semakin tinggi kepuasannya terhadap pekerjaan tersebut. Rasa puas terhadap pekerjaan akan mendorong seseorang untuk mencapai produktivitas sesuai arah dan tujuan yang diinginkan, sehingga prestasi kerjanya akan menjadi lebih baik (Robbins & Judge, 2009). Pada kenyataannya kepuasan kerja guru di Indonesia masih belum merata pada setiap daerah. Tuntutan guru perihal kesejahteraan masih sering menjadi tugas besar pemerintah kota dari berbagai daerah sebagai upaya untuk memperbaiki keadaan psikologis guru terkait dengan rasa puas guru terhadap pekerjaannya disamping upaya-upaya yang seringkali dilakukan dari sisi kompetensi seperti perubahan kurikulum, penataran, diklat, seminar, pelatihan-pelatihan yang seringkali membuat seorang guru dilanda kelelahan secara psikologis.

Mengingat profesi guru dengan berbagai tuntutan menjadikan para guru berpeluang mengalami stres, maka seorang guru perlu memiliki strategi yang tepat sebagai upaya untuk mengatasi segala persoalan yang ada dengan tujuan mencegah dampak negatif yang akan muncul. Konsep atau strategi untuk memecahkan suatu permasalahan disebut dengan coping stres (Lazarus &

Folkman, 2006). Kemampuan koping stres dari seorang guru akan menentukan kemampuannya dalam mengatasi berbagai permasalahan dengan strategi yang dimiliki. Kemampuan guru dalam mengatasi masalah akan meningkatkan *job performance*-nya, sedangkan ketidakmampuan seorang guru dalam mengatasi masalah yang dihadapi akan berdampak negatif pada kinerjanya selama bekerja. Perasaan tidak nyaman yang disebabkan oleh ketidakmampuan dalam mengatasi permasalahan akan menimbulkan rasa tidak puas terhadap pekerjaan. Rasa tidak puas tersebut akan berdampak terhadap prestasi kerja individu (Robbins & Judge, 2009).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, dapat diasumsikan bahwa guru dengan kemampuan koping stres yang tinggi akan mampu menguasai situasi-situasi yang mengancam, menakutkan, atau menantang sehingga guru dapat menghadapi sumber-sumber stres dalam pekerjaannya dan dapat berpengaruh terhadap kinerja guru dalam bekerja. Kinerja guru diduga turut mempengaruhi kepuasan kerja pada guru. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan hubungan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang.

Menurut Schultz dan Schultz (2006) kepuasan kerja sebagai tingkat afeksi positif individu terhadap pekerjaan dan situasi pekerjaannya yang tergantung pada banyak faktor yang terkait dengan pekerjaan dan tugas-tugas yang diberikan. Weiss (2002) memberikan pengertian kepuasan kerja sebagai evaluasi positif atau negatif seseorang terhadap pekerjaannya berdasarkan hal-hal yang terkait dengan kognisi atau keyakinan yang dipegang individu dan afeksi yang muncul selama bekerja. Robbins dan Judge (2009) mengemukakan bahwa kepuasan kerja merupakan suatu perasaan positif seseorang tentang pekerjaannya yang merupakan hasil dari sebuah evaluasi terhadap karakteristik pekerjaannya.

Berdasarkan beberapa definisi kepuasan kerja yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa kepuasan kerja merupakan penilaian positif individu terhadap pekerjaannya yang ditentukan oleh evaluasi kognitif dan afektif terhadap karakteristik dari pekerjaannya tersebut.

Koping memiliki dua makna. Pertama, koping sebagai cara menghadapi stres, dan kedua, koping sebagai usaha untuk mengatasi situasi yang mengancam, menakutkan, atau menantang saat respon otomatis tidak berfungsi sebagaimana mestinya (Pestonjee, 1999). Koping stres merupakan perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang untuk mengatasi stres yang dialaminya dengan tujuan mencegah dampak negatif yang akan muncul (Lazarus & Folkman, 2006).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa koping stres merupakan kemampuan individu untuk menguasai dan menghadapi situasi yang mengancam, menakutkan, atau menantang dengan sumber daya yang dimiliki dengan tujuan mencegah dampak negatif yang akan muncul.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data secara empirik hubungan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah guru pada Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 999 guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) dengan status Pegawai Negeri Sipil di Kota Tangerang dengan masa kerja minimal 2 tahun yang terdistribusi pada 24 Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kota

Tangerang. Cara yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *Cluster Random Sampling* dengan melakukan randomisasi terhadap suatu kelompok atau rumpun yang didasarkan pada klusternya bukan pada individunya (Winarsunu, 2010). Penelitian ini menggunakan Skala Koping Stres dan Skala Kepuasan Kerja dengan model skala likert sebagai instrument pengumpulan data.

Skala kepuasan kerja (34 aitem) disusun berdasarkan aspek-aspek kepuasan kerja menurut Spector (2003) yaitu penghasilan atau gaji (*salary*), Kesempatan promosi (*self development*), rekreasi (*recreation*), supervisi (*supervision*), penghargaan (*contingent reward*), prosedur dan peraturan kerja (*operating condition*), rekan kerja (*co-worker*), pekerjaan itu sendiri (*work itself*), dan komunikasi (*communication*).

Skala koping stres (28 aitem) disusun berdasarkan aspek-aspek kepuasan kerja menurut Lazarus dan Folkman (2006) yaitu konfrontasi (*confrontive coping*), membuat jarak (*distancing*), kontrol diri (*self-controlling*), mencari dukungan sosial (*seeking social support*), menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), lari atau menghindari (*escape-avoidance*), merencanakan pemecahan masalah (*planful problem solving*), dan penilaian kembali secara positif (*positive reappraisal*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji normalitas terhadap variabel kepuasan kerja menunjukkan bahwa diperoleh nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar .92 dengan signifikansi $p = .37$ ($p > .05$). Sementara hasil uji normalitas terhadap variabel koping stres diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar .81 dengan signifikansi $p = .52$ ($p > .05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kepuasan kerja maupun koping stres memiliki distribusi atau sebaran data yang normal.

Uji linearitas hubungan antara variabel koping stres dengan variabel kepuasan kerja menghasilkan nilai koefisien $F = 36.14$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = .000$. Hasil tersebut menunjukkan hubungan antara kedua variabel penelitian adalah linear.

Koefisien korelasi antara koping stres dengan kepuasan kerja sebesar .49 dengan $p = .000$ ($p < .001$). Koefisien korelasi yang bernilai positif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah positif, artinya semakin tinggi koping stres maka semakin tinggi pula kepuasan kerja. Berlaku pula sebaliknya, semakin rendah koping stres maka semakin rendah pula kepuasan kerja. Tingkat signifikansi korelasi $p = .000$ ($p < .001$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koping stres dengan kepuasan kerja. Hasil regresi sederhana menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang **dapat diterima**.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Negeri (SMPN) di Kota Tangerang. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik analisis sederhana didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang. Hasil yang diperoleh dari teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan program *Statistical Packages for Sosial Sciences (SPSS) for windows evaluation version 20.0*, menunjukkan adanya hubungan positif antara koping stres dengan

kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang. Berdasarkan perhitungan didapatkan hasil $r_{xy} = .49$ dengan tingkat signifikansi korelasi sebesar $p = .000$ ($p < .001$).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara koping stres dengan kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang, sebagaimana ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar .49 dengan nilai $p = .000$ ($p < .001$). Pernyataan tersebut mengandung arti bahwa semakin tinggi koping stres yang dimiliki guru maka akan semakin tinggi kepuasan kerja, begitu pula sebaliknya semakin rendah koping stres yang dimiliki guru maka akan semakin rendah kepuasan kerja. Koping stres memberikan sumbangan efektif sebesar 24% pada terbentuknya kepuasan kerja pada guru Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) di Kota Tangerang.

Aspek koping stres yang digunakan peneliti adalah multidimensi dimana peneliti tidak membedakan antara koping stres yang berfokus pada masalah maupun emosi. Setiap individu memiliki kecenderungan yang berbeda dalam menghadapi situasi stres sehingga diharapkan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan variabel koping stres disarankan agar melakukan kategorisasi terhadap subjek yang memiliki koping stres yang berfokus pada masalah atau *problem focused coping* dan subjek yang memiliki koping stres yang berfokus pada emosi atau *emotion focused coping*. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan topik yang serupa, disarankan pula agar memperbesar populasi agar diperoleh ukuran sampel (*sample size*) yang lebih besar. Memperbesar populasi diperlukan agar sampel penelitian tidak hanya terdiri dari satu wilayah saja, tetapi diperluas menjadi beberapa wilayah untuk mengetahui apakah hasil penelitian ini tetap konsisten apabila responden penelitian berasal dari berbagai wilayah dengan kondisi lingkungan dan budaya yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (2006). *Stress & emotion: A new synthesis*. New York, NY: Springer Publishing Company, Inc.
- Mukhyi, M.A. (2007). Hubungan antara kepuasan kerja dengan komitmen dalam lingkungan insitusi pendidikan di Kota Depok. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitek, dan Sipil, 2*, 153-158. ISSN: 1858-2559.
- Pestonjee, D.M. (1999). *Stress and coping: The Indian experience*. New Delhi: Sage Publishing.
- Pusat Statistik Pendidikan, Balitbang - Kemendiknas. Statistik pendidikan SD, SMP, SMA 2009-2010. Tersedia diakses 20 Juli 2014.
- Robbins, S.P., & Judge, T.A. (2009). *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Schultz, D., & Schultz, S.E. (2006). *Psychology & work today*. New Jersey, NJ: Pearson Education.

Surya, M. (2013). *Psikologi guru*. Bandung: Alfabeta.

Weiss, H.M. (2002). Deconstruction job satisfaction separating evaluation, belief, and affective experiences. *Human Resources Management Review*. 12, 173-194.

Winarsunu, T. (2010). *Statistik dalam penelitian psikologi pendidikan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.